四庫全書

子部

欽定四庫全書 子部

雲笈七籤卷七十三至七十六

詳校官監察御史臣邱庭澍

檢討臣何思鈞覆勘

總校官庶吉士臣倉聖脉

校對官中書臣金光悌

謄録監生臣王頎修

雲笈七籤卷七十二

宋　張君房　撰

內丹

古龍虎歌

陰君真人註

四者混沌五行之祖一曰曾青為使使為氣氣為筋二曰陰中陽為日之魂魂為日之精精為陽陽為父父為肥亦三曰從白液化為堅冰冰是陰中陽陽為骨骨憑

氣而生白液白液化為髓四曰水銀為肉之烝烝為血
血化毛髮毛髮憑皮膚為匡郭而成質可知三箇月成
形十箇月生餘兩箇月沐浴合一年終質稟天成象遞
用五行而輪轉得名天地至寶如人受天地正氣亦為
至人我大道仙人藥寶不同在世有價之寶秖如世間
所用金銀珊瑚瑪瑙真珠之類並量其功價以貴賤論
之惟我仙丹象日月之光明此是法天象地之寶令人
服之可得長生天地齊畢皆是憑自然混沌之氣在天

為霧露在地為泉源如在碧潭之中即是自然之道也
學仙之士勿令錯用意妄將變黄白藥錯服食如道士
得我自然之道四氣混沌至藥但服食一千日則知神
仙路不逺矣如四氣不足即為神化無憑亦象至人日
月不足豈為至人乃知至人合天地文理為聖世人以
時物文理為哲哲者自為聖人乎乃自明其道採世間
機運動以功成法焉量其作事根性逺近時至盡化為
灰燼惟我三清宫神化藥寳即得保命長生天地齊畢

其道不合傳之如傳在得人付之緣道本無形以五行氣相侵為根人本無志而心為志如心惡即言凶言凶即行踈行踈即道不成所以三品之丹付賢不付愚愚者心暗於世終日覽仙方書訣而念之不得其道性性由心也休糧服氣導引忘沿谷神竈竈凝神定思一法已上並是道之空門實非長生之理凡鼎之丹用四時火氣張設文武不絕火候而晚成大器寶貴難貨至人難識也鉛為匡郭周遭祐助青瑤為使能調風雨曾

青能為一切金丹使使為氣氣為筋筋成大力焉夫藥不至者由曾青之力為使如人不食即無力食象氣氣象使無食力乃事不觧矣夫功皆從力而生成大壯藥無力即無靈而安身白液金花水生龍虎龍虎本從虚無氣中相承浸法天道感化運得四時大地成象之器然各禀自然生猶四時薫蒸各有所歸生於無始啟道本元者得名龍虎龍虎緣陰陽二性和合相吞伏之氣所知從虎氣中生有象之質自然修善去惡即成之三

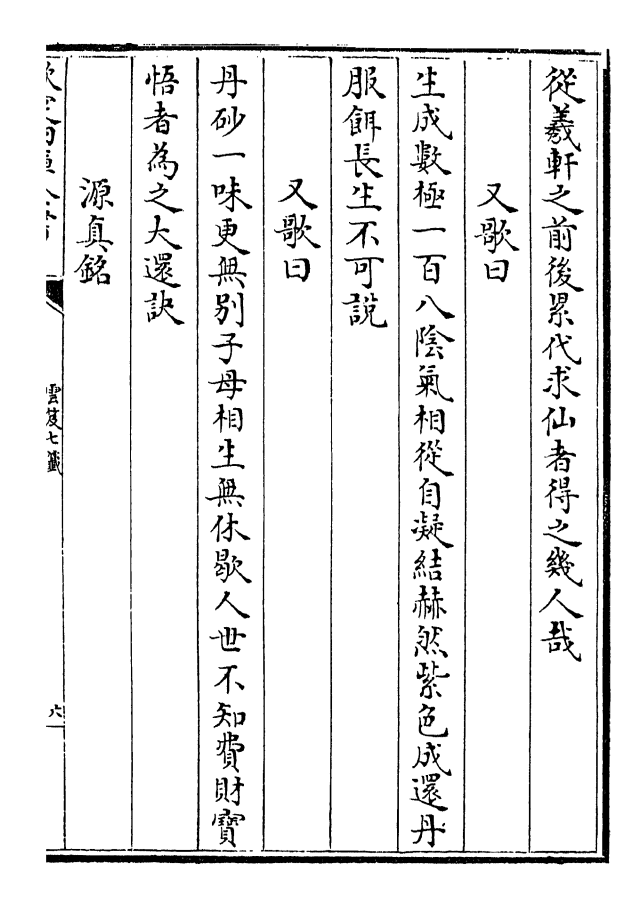
一昇騰必定規矩三者准上三丹田各有歸處守一之法論至藥門中四氣筋骨血肉相承之法不差毫釐勿令其陰陽時候差錯每月初發火從一日數九九之法此三一法並是內三一之法用十二箇月火候管十二時配十二位行九宮象八卦合五行黃帝於皇人處請問三一之門因此流傳口訣受之如世世有仙士付之亦勿令載於書方訣止以口付之若不依此三一規矩縱解萬般小法能變黃白救世財寶如積山亦未免身

死矣終不是保命之法學而知之者為善矣赫然還丹日月光顧星辰透明雲中見路其還丹成赫然分明亦如木中有火火雖不露其色如青中帶赤氣服之一千日化肉質換骨通靈安身定寵反老成少感天神助之通神明不得輒妄泄露却如未得道之日可以成道矣雖未滿於陰功之間且得度世不死矣可知大道無跡不失其根本人不失其父母之遺體除此一方外其妄制伏水銀黄白不得為真道之門也訣中思深會者有

數百歳之間生死不住仙士傳之遞相保護哀哉流言更無别故訣中至藥教人長生之門至藥與世寶别仙人藥寶千鍊萬化金丹再鍊令人服食可得神靈得長生之路所以我惜時貴命輕財也愚者即惟貴世之有財寶救一朝一夕𡨚妄榮華行尸走鬼輕命而時至自滅已百歳之間死者莫知其數元君所以哀哉世人流行藥中妙道已化真人勿令妄運動各令四人歸業守道安貧共成保命之藥亦名卯酉二八二八成一斤之

數白液白雪是也白雪壓冰是也所以言將卯酉二八合入二性同於丹砂勿令常人知之以火候九九午之位也然三一中云三日一候三三如九數足其紫帶黑色者元君讚之惜於後世仙士所論歌訣願明於師勿令心二可以長生備矣可知天本無親以心為親天本無私以心為私天本無災由人與非天與人學不違於師子莫逆於父母即天道長久矣即人師轉備矣所以論至事不二至藥無雙天人合道明然可增其福大不

褋矣若骨多即肉不勝骨肉多即骨不勝肉骨肉俱由筋可壯其力猶增也如無力即如有袋不盛物豈能立焉無嬰兒不戀母嬰兒失母即如藥無筋為藥由主力也無力自無神化之功如會者一言見三枝枝條不會者即經歷千書萬訣不免為愚人好求仙求黄白不尋讀仙書究其至寶者多好黄白未見一兩不覺身亡賢者好其至藥雖未見藥之玄門且積善如然神無愛利之心守道安貧天不可罰矣善慶從人師自感其至且



從羲軒之前後累代求仙者得之幾人哉

又歌曰

生成數極一百八陰氣相從自凝結赫然紫色成還丹

服餌長生不可說

又歌曰

丹砂一味更無別子母相生無休歇人世不知費財寶

悟者為之大還訣

源真銘

有訣不彰有序不述得之感之可傳可說

藥異銘

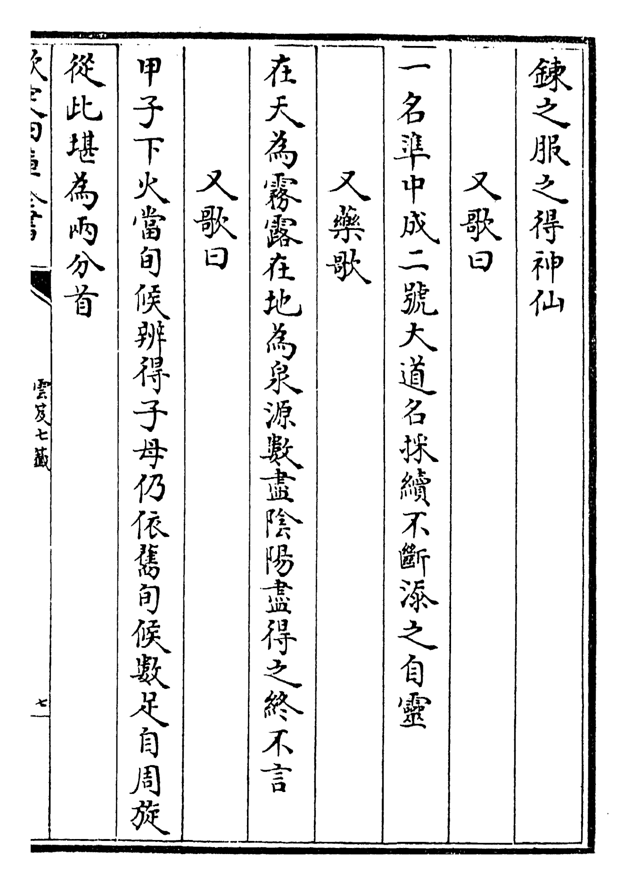
一名土之父二名水之母三名號黄牙四為七十二石晶

又歌曰

黄芽天生物子母相汨沒子母不相拋母向子中出

和合相假歌

玄之又玄在眼前陰中有陽道自全陰陽不離得和合



鍊之服之得神仙

又歌曰

一名準中成二號大道名採續不斷添之自靈

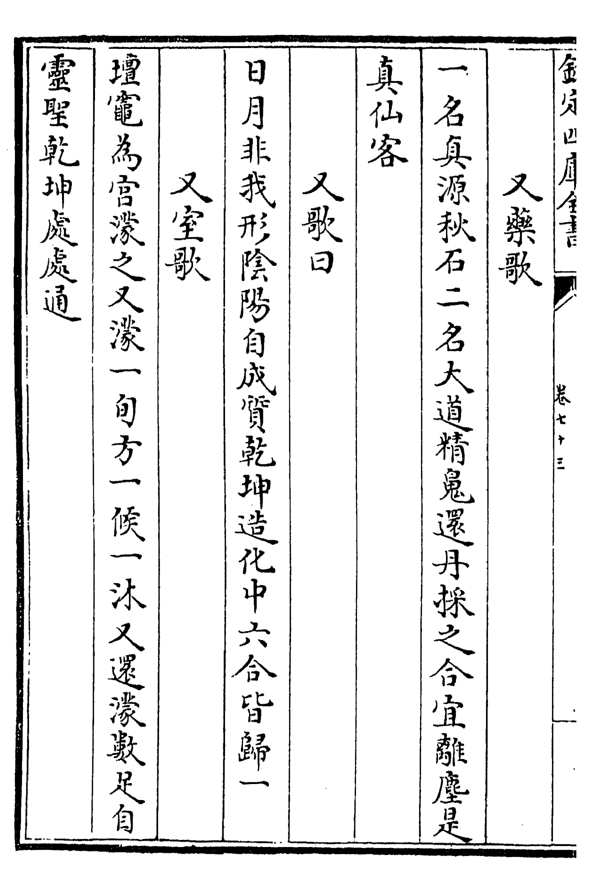
又藥歌

在天為霧露在地為泉源數盡陰陽盡得之終不言

又歌曰

甲子下火當旬候辨得子母仍依舊旬候數足自周旋

從此堪為兩分首



又藥歌

一名真源秋石二名大道精鬼還丹採之合宜離塵是真仙客

又歌曰

日月非我形陰陽自成質乾坤造化中六合皆歸一

又室歌

壇竈為宮濛之又濛一旬方一候一沐又還濛數足自靈聖乾坤處處通

金丹金碧潛通訣

神室者丹之樞紐衆石父母砂汞別名出陽入陰流曜二方列數三軸法象水火制猶王者武以討叛文德懷柔土德為王提劒偃戈以鎮四方坎離數一二南北獨為經故冠七十二名之長剛柔禀自然金火當直事水土相含受雄雌併一體用之有條理變化既未濟終即復更始初九為期度陽和准早晚周歷合天心陽爻畢於巳正陽發丙午自丁終於亥水火列一方守界成寒

暑東西表仁義五行變四時如是陰陽之互用順三一而得其理神室設位變化乎其中神室者上下釜也設位者雌雄配合之密也變化為砂汞砂汞者金土二用二用無定位張翼飛虛危往還性不定上下以為常獨居不改化獨處於中宫包囊衆石為丹祖宗有無相制朱雀炎空紫華耀石砂汞沒亡訣不輙造理不虛擬約文申奥叩索神明演爻徵卦五行為諷坎雄金精離雌火光金火自伐水土相尅土王金鄉三物俱德四海輻

轄以致太平並由中宮土德黃帝之功也金火者真也
丹術著明莫大乎金火窮微以任化陽動則陰消混沌
終一九寶精更相持藥有三百八十四銖銖據一斤爲
十六兩也金精一化青龍受符當斯之時神室鍊其精
火金相運推雄陽翠玄水雌陰䰟黃金陰陽混交接精
液包元氣萬象憑虛生感化各有類衆丹靈跡長莫不
由於是元君始鍊汞神室含洞虛玄白生金公巍巍建
始初三五以相守飛精以濡滋玄女演其序戊巳貴天

符天符道漸剥難以應玄圖故演作丹意乾坤不復言

丹砂硫汞父戊巳黄金母鍾律還二六斗樞建九三赤

童戲朱雀變化為青龍坤初變成震三日月出庚龍虎

自相尋坤再變成兌八日月出丁上弦金半斤坤三變

成乾十五三陽備圓照東方甲金水温太陽赤髓流為

汞汞者弄明璫月盈自含虧十六轉將減乾初缺成巽

平明月見辛乾再損成艮二十三下弦下弦水半斤月

出於丙南乾三變成坤坤乙三十日東北喪其朋月没

於乙地坤乙月既晦土木金將化繼坤生震龍乾坤括
始終如上三十日坤生震兑乾乾生巽艮坤八卦列布
曜運移不失中調火六十日變化自爲證神室有所象
雞子爲形容五嶽峙潛洞際會爲樞轄發火初温微亦
如爻動時上戴黄金精下負坤元形中和流汞情深合
應三才乾動運三光坤静含陽氣神室用施行金丹然
後成可不堅乎鍊化之器包括飛凝開合靈户希夷之
府寵造化之泉源陽氣發坤日晷南極五星連珠日月

合璧金砂依分呼吸相應華蓋上臨三台下輔統録之
司當密其固火鍊中宮土金入水北方土水金三物變
化六十日自然之要先存後已或火數多分兩違則或
水不定同處别居剛柔亢行不相涉入非火之咎責譴
於土土鎮中宮籠罩四方三光合度以致太平五藏内
養四肢調和水涸滅影含曜内明金水相瑩潤色沈耀
調火温水發之俱化道近可求土水獨相配翡翠生景
雲黄赤混其精紫華敷太陽水能生萬物聖人獨知之

金德尚白鍊鉛以求黄色焉為生中宫黄金不飛灼土煙雲起後有無互相制上有青龍居兩無宗一有靈化妙難窺鍊銀於鉛神物自生銀者金精鉛者北靈水者道樞陰陽之始始固生銀鉛化黄丹寄立五金為鉛外黑色禀北方内有銀精披褐懐玉外似狂夫銀為鉛子隱鉛中汞者鉛子子藏母胎素真恥漠似有似無灰池炎灼鉛沉銀浮潔白見寶可造黄金㲉為金精水環黄液徑寸以混三才天地初分混若雞子圓高中起狀

似蓬壺闗閉微密神運其中鑪竈取象固塞周堅委曲相制以使無虞自然之理神化無方磁石吸鐵間隔潛應何況雞子配合而生金土之德常與汞俱自火記不虛作已下重解前文丹術既著不可更疑焉故演此訣以輔火記焉庶使學者取象下文云文字鄭重説與世人豈不熟思是其義也

大還心鏡

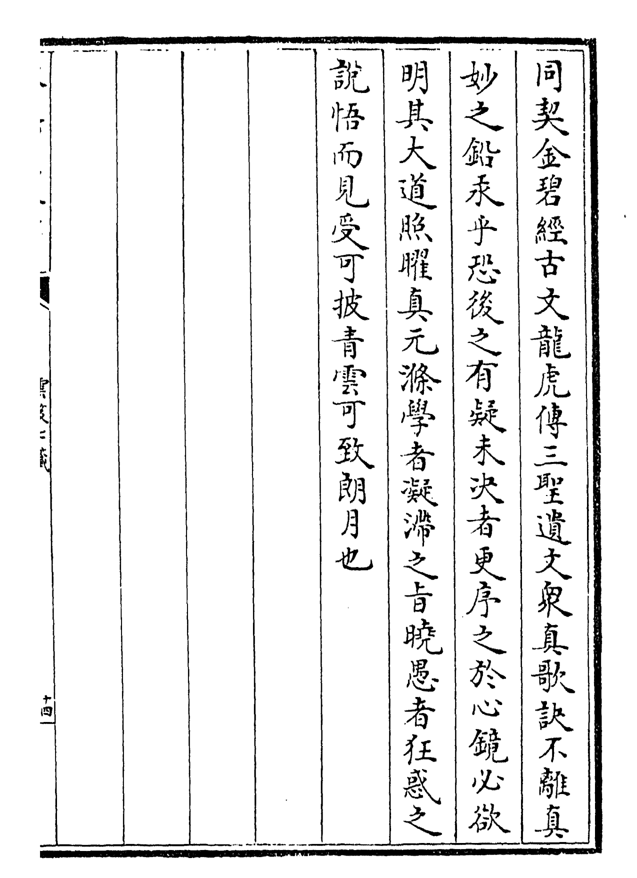
寒山子至訣云但悟鉛真藥必自神但記汞正藥如自

聖修之合聖天地同慶得因師傳為道之經所以古之聖人不直言之託之周易寄之五行合之符契真仙之理莫若大丹之神歟蓋論大丹惟一陰一陽謂之道即合天機也一金一石謂之丹亦合天地也一金者真鉛中白虎是也一石者丹砂中水銀是也陶埴真人云若用世間水銀化白煙此真言也神符白雪門馬真人曰汞與水銀別迷人用之拙即知此言從凡化聖聖不離凡因凡入聖凡中有聖聖中出凡即知水銀本在丹砂

中出合鉛汞成至寶色還本丹丹更不能却歸水銀即真汞矣既至真汞即從凡入聖可以統領萬靈即馬真人云汞與水銀別也自後之學者寡學生疑至此矣陶真人云若言非世間水銀又云砂產於金也汞生於鉛也此非世間何不審之妙旨矣自古真人皆從凡入聖與大丹同契以至上昇而迷者多惑如丹惟一陰一陽龍虎二物鉛是水之一名北方河車金生於水金數四水數一共為五也汞是青龍東方木木生火木數三火

數二丹砂火之名二與三共為五也五土無定位四季立名水與金共五木與火共五三五道還丹道之玄也還丹之妙罕有能知知之者聖人乎欲為造化在乎心變轉自由耳不知真訣徒然念誦真歌不遇師授終無成理余憶昔年迷謬徒歷山川一事不為虛棄財貨忽然指悟如醉醒焉目前可致煙霄足知大道不遠葢人祕易為難恐愚者侮之容易即天官減算神道奪壽故真人誡經云世皆延年為人身命漸被陰境侵之以至

陰死也豈陽生之神術乎夫不修行益生損人侵物何長生乎雖遇至人道不相契固不傳其非人也科儀云希長生還丹取成大丹不可不知鑪鼎也知鑪鼎又不可不知火候也知火候又不可不知心也既知心又慮多難與宿殃也萬一自知又不可妄傳授於人也道不傳即廢傳非人即殃故知萬妙不得離心也心為出世之宗丹為延年之藥服之陽宮即陰司落名已後縱徃亦神解上仙此真聖之言不惑矣余悟古賢真旨至參



同契金碧經古文龍虎傳三聖遺文眾真歌訣不離真妙之鉛汞乎恐後之有疑未決者更序之於心鏡必欲明其大道照曜真元滌學者凝滯之旨曉愚者狂惑之說悟而見受可披青雲可致朗月也

雲笈七籤卷七十三

雲笈七籤卷七十四

宋 張君房 撰

方藥

太極真人青精乾石䭀飯上仙靈方

王君注解

太極真人曰夫受生氣於五穀者結胎育物必抱穀氣之流精也含真萬化必陶五穀之玄潤也若子寄形於父母亦因所生而攝其生耳不緣所生之始本而頓廢

其所因者未有不枯竭於偏見斷年命以雕傷也故必因其所由順其精源凝滌柔和微而散根使榮衛易鍊於日用六府化穀於毫漸也故因穀以斷穀者乃衛明之良術緣本以去本者乃攝生之妙迹也於是扇南燭之東暉招始牙之米靈五液夷泯百關通盈神樂三官䰟柔䰟寧復以晨漱華泉夕飲靈精鳴鼓玉池呼吸玄清華胦童於規方胃满填乎空青所以千笇一啟壽隨年榮歲與樂進飛步仙庭也服盡一劑者命不復傾五

雲生身體神氣清亦能久食百關流亭亦能終歲不飢還老反嬰遇食即食不食即平真上仙之妙方斷穀之奇靈二千二百歲中得傳十人無其人祕之勿泄一日有其人聽頓授之十人過限不得復授受之者皆立盟約誓啟不宣漏脆有方之師青帛三十尺金鐶兩雙代歃血之信傳非其人宣泄寶文身考三官死為下鬼揵濛山之石塡積夜之河凡受書齋十日授者亦然然後乃得對傳之

生白粳米一斛五斗更舂治折取一斛二斗得稻名有青者如豫章西山青米吳越青龍稻米是也青米理虛而受藥氣故當用之盛治勿令雞犬穢物臨見之

南燭草木葉五斤燥者用三斤或都用三斤亦可雜用莖及皮益佳多取令淹潚一斛二斗米耳不待斤兩之制度也以意消息之其樹是木而葉似草故號南燭草木一名猴藥一名男續一名後卓一名惟那木一名草木之王生嵩高少室抱犢雞頭山名山皆有之非但數

處而已江左吳越尤多其土人名之曰猴菽或染菽粗與其名相髣髴也煮取汁極令清泠以潚米米釋炊之灑護皆用此汁令飯正作紺青之色乃止要作高格暴令乾若不辦得他藥者但作此亦可服日二升勿服血食亦以填胃補髓消滅三蟲爲益少遲但終不及衆和者耳亦神仙食也上元寶經曰子食草木之王氣與神通子食青燭之津命不復殞此之謂也合藥之始當先齋三日乃得爲之尤禁房室穢慢藥不行也此上真之

方不同他事山林諸道士但按此而用之若不辨諸雜物及貧者又或無米但單服此葉或擣為散以蜜丸服之皆得仙也近易之草而俗人不知知猶不用可不哀哉初欲服者要當先作和者三二劑劑盡無復和乃單行耳先冝填胃間故也有資力者自可常和而服之得效尤速百害災病不復犯單以米合猶為小遲要自愈於胡麻朮桂之單行也服之使人童顔聰明延年無病又不令人有憂思之心禁食血肉生之物若噉脯不害

也若無和而單行者當三蒸三曝極令乾且以清水漬
二升或一升再服之如食狀亦可水送餐及以葉擣此
飯為屑以和白蜜重擣萬杵丸如梧桐子大日再服服
五十丸乃佳有愈於乾飯之益也其日遇食亦食無苦
也如不得食平平耳又常當漱玉池之華以益六液
和用空青七兩精鮮者先細擣重絹羅之夫空青者虛
曜而益真填胃而明眼强筋而補液增精而童顏上仙
品石也若施之以房室則氣穢而神亡害殺立驗可不

慎哉

又用丹砂一斤精微者先細擣絹篩之夫丹砂者朱明而陽煥填骨而益血强智而補腦增氣而理肺使人百節通利關樞調和上品仙石也忌血食履殗濁及房室犯之者上氣生癥積骨枯之病

又用伏苓二斤白好而不氷者以水五升煮之三沸焙乾而細擣重絹篩之伏苓者通神而致靈和魂而錬魄明目而益肌厚腸而開心又與南燭二炁相養調榮理

衛亦可單以乾飯和之尤良禁食酸及豬犬肉忌見血
腥犯之者藥勢不行無益於身單乾餌飯合茯苓擣篩
蜜丸如前服之良
又用荊木杪軟葉華陰乾者五兩乾葉益佳細擣千下
重絹篩之荊木葉華通神見鬼精取荊之時勿令雞犬
見凡合此藥者皆宜靜密勿以藥名字以語不同志者
所將使人不得不示之耳慎之凡四物擣篩都畢又合
内臼中重擣一萬杵畢乃以合溲青乾飯中善令調布

盛以布或絹囊著甑中蒸之微火半日許釜中水多少如乾飯斗數數反側囊四面令通熱濕若釜中水竭而飯不濕更以意增水微火也畢出囊飯著高格日中曝之取令極燥以藥溲乾飯訖又以清酒合溲飯令浥浥然後内囊當將大甑内囊飯時以蓋密甑上勿令氣泄壓入又曝飯當善分解勿令相滯令極乾歷歷可耳亦可擣之為屑丸以白蜜梧桐子大日服八十丸日再服使人長生延年

又和用白蜜二斗清酒一斛

右二物皆令精好以蜜投酒中攪之調和畢以溲𩟄飯於大器中皆令通濕浥浥乃出日中曝令極乾乾復内如前凡一斛二斗令作十過溲飯或七八過溲之取令浥浥調濕亦務欲溽溲使調而數於日中曝也用酒溲𩟄飯都畢乃内甕中復蒸如前畢出乾令燥於此亦可擣而丸服如梧桐子大日再服八十丸

又和用一斗酒一斗清水若井花水淋沃之極令清徹

以南燭葉一斤或二斤漬之或煮之一沸出令汁正作紺青色小令濃也又內白蜜五升或一斗著青汁中攪令勻和畢又以溲䭀飯如前溲令調濕日中乾之唯欲多溲乾也須盡清汁乃止又輙復蒸畢日中乾之極燥青精䭀飯之道都畢矣若釜甑蒸之不相容者亦可分蒸之合藥當用月之上旬於寅卯日別安釜竈若藥歷歷者但服五合送以飲若藥相結謾不解者乃擣蜜丸計五物合為八十丸平旦一服或再藥成封著密器中

𣎳出乾暴之若作丸亦當頓作之也服畢聽得食脯初服之始不便絶穀也當減後以二升半為限一年後減為二升三年後減為一升四年後減為半升減之以至都盡至於五年令人輕明大驗自此以後亦能一日九食亦能終歲不食食麨乃易為減服飿飯百害不能傷疾病不能干去諸恩念絶滅三尸耳目聰明行步輕騰十年之後青精之神給以使之能坐在立亡能隱化遯變招致風雨一劑鞭益算一千長服不死凶年無穀或

窮不能得米者皆單服南燭或和茯苓或以蜜和南燭或雜松栢葉會用相參非但須穀也但當不得名之餌飯耳皆宜參以吐納咽液以和榮衛常當如此餌飯須雲牙之用雲牙不須餌飯而行事也若和用古秤日服二合半服不患多唯患不可供故二合半以自節限耳初服藥不便斷穀此上仙之名方去食之妙道也

太上巨勝腴煮五石英法 一名太帝君鎭生五臟

訣曰太極金華真人以此經文刻於太微帝君紫微宮

玄珠玉殿東壁牖上其文曰五石異方津光合形有終
而死有始而生萬類反本千條歸真氣適浮烟血奔流
精哀哉兆身飛真不成何不竭以雲草玄波徊以卉醴
華英會以七白露疏和以白素飛龍沐浴平旦正心向
東凝精厲魂上帝五公再拜朝靈鎮固五方長生天地
出入流通各安其位生華五藏此文乃上清八會龍文
大書非世之學者可得悟了者也太素真人顯別書字
受而服之求其釋注於太極帝君焉雲草玄波者黑巨

勝腴也一名玄清卉醴華英者蜜也五光七白靈蔬者
薤菜也白素飛龍者白石英也法當種薤菜使五月五
日不掘拔者唯就鋤壅護治之耳經涉五年中乃取任
藥名為五光七白靈蔬取薤白精肥者十斤黑巨勝腴
一斛五斗白蜜凝雪者五斗高山玄巖絶泉石孔之精
水二十六斛白石英精白無有厲瑕者五枚光好於磨
石上礪之使正圓如雀卯之小小者好瑩治令如珠狀
勿令有礪石之餘迹先清齋一月或六十日令齋日訖

於九月九日先築土起基高二尺作竈屋屋成作好竈口向西屋亦開西户也當得新大鐵釜安竈上於九月九日申酉時向竈口跪東向内五石子於釜中於是乃先投一枚於釜中祝曰

青帝公石三素元君太一司命玄母理魂固骨鎮肝守養肝神肝上生華使肝永全次又投一枚於釜中祝曰

赤帝公石帝君同音玄母理神桃康鎮心守養心神無灰無沉心上生華華茂玉林次投一枚於釜中祝曰

黄帝公石老君同威太一帝君理魂鎮脾守養脾神使無崩頹脾上生華白日上昇投石時皆各閉氣五息然後乃投石都畢起向竈五再拜又取薤白五斤好積覆於五石之上畢内蜜灌薤上畢内胦一斛五斗灌蜜上畢乃格度胦入釜深淺高下處所也然後稍入清水使不滿釜少許止木蓋游覆釜上九月十日平旦發火當取直理之木熇燥好薪不用蠹蝕及木皮不淨薪也微火煮之纔令陷肖沸而已勿使涌溢大沸大沸則五石

消爛當屢發視調其下火當先視腴格處所若煮水煎竭輒當益水使盡二十六斛水而止又水盡之後更加煎令減先腴二十格疇量以意斟酌視之都畢成也寒之於釜中下火灰密蓋其釜上五日乃徐取五石平旦向五方各拜拜畢跪以此腴雜以東流水以次服之餘水及腴取令送石子入口下喉中耳聞之再服時亦如初投石於釜中時一一按視而服之也畢又五再拜畢若藥煎既成而視無復石者非有他也直五精伏散隱

靈化形故自流逐於雲腴之中無所疑也但當日服五合以酒送之神變反質各自鎮養五藏矣自於五藏之內更生成五石也慎不可猛火火猛石精飛去滓濁壞爛雲腴熬炅殆不可服御又雲腴之味香甘異美强骨補精鎮生五藏守炁凝液長魂養魄真上藥也以好器盛之密蓋其上即日服二合為始日以為常若腴寳煎强者亦可先出服石後加腴更和腴煎取令凝如割肪也人亦有丸服之者大都丸不如腴服佳也任人所便

便則安於體體便則無不佳常能服此腴者乃佳若先
腴盡當更合如前内白石英五兩鎮釜底一兩輙一枚
祝說如法但不復鴈石使員而重服之耳藥成出此石
沈東流水中不常熇竭之淵若不欲更此合腴者亦無
損於前五石此腴名玄女玉液一名飛龍雲腴一名鍊
五石之華膏服之十五年内外洞徹壽長天地役使鬼
神三年之後眼可夜視真人云此方愈於鍊八石之餌
全勝於玄水雲母之玉漿既服此五石石入喉徑寶鎮

五藏中輙有一石以守藏孔藏孔之上皆生五色華也若其人或蹔適太陰權過三官者肉既灰爛血沈脉散而猶五藏自生白骨如玉七魄營待三魂守宅三元權息大神内閉太一録神司命秉節五老扶華帝君寶質或三十年二十年或十年三年隨意而出當生之時即便收血育肉生津結液復質本胎成形濯質乃勝於昔死之容也真人錬身於太陰易貌於三官者此之謂也

太微天帝君詠曰

太陰鍊身形勝服九轉丹華容端且嚴面色合靈雲上登太極闕受書為真人趙成子嘗服此得鍊質成仙事見南岳夫人誥及奇事抄

太上肘後玉經方八篇　霞棲子盧道元

昔巢居子奉祀東海青童君節苦心寂奉師禮具暑雨祁寒無懈無怠僅二十年乃口授玄法手錄聖方曰若求跨鶴昇九霄未易致也若優遊乾坤之內守願然之氣容色不改心目清朗壽數百年不歸可得矣然神仙

秘術不可傳非其人長安年中巢居子以寒棲子賢人也使沐浴齋戒乃授其事至貞元八年寒棲子以余不揆陋微游放自適所從來者匪世俗之士無聲利之交若天與之正性乃傳之余以隱棲子文華之士昔登上科忽遺馳騖息心道門僅六七年其玄法秘術無不得之而至理之要曾似未過顧余有此遺禮留愛久之而言余知其志士也心忘爵禄遯時稱騷雅之什有而若無實而若虛者哉必當羽化雲飛豈止龜鶴齊壽實歷乙

未歲霞棲子盧道元敬持太上北方絪緼玄實一軸以

授隱棲施君敬之哉戒之哉

乾天父地母七精散方第一

坤風后四扇散方第二

艮王君河車方第三

巽龜臺王母四童散方第四

離彭君麋角粉方第五

兌夏姬杏金丹方第六

坎南嶽真人赤松子枸杞煎丸第七

震青精先生䭀米飯方第八

乾天父地母七精散方第一

竹實三大兩九蒸九暴主水氣日精　地膚子四大兩太陰之精主肝明目

黄精四大兩戊巳之精主脾藏　蔓菁子三大兩九蒸主邪鬼明目　松脂三大兩歛令熟主風狂痺濕　桃膠四大兩五木之精主鬼忤　苣藤五大兩九暴五穀之精

右方昔黄帝服之上昇後欲傳者立壇焚香啟告

上帝方可授之立盟不泄四十年一傳之爾若違

誓傳之太上奪算七代受考於水官愼之

抑風后四扇散方第二

五靈脂三大兩延年益命　仙靈毗三大兩强筋骨　松脂三大

兩主風瘸　澤瀉三大兩强腎根　朮二大兩益氣力　乾姜三大

兩益氣　生乾地黄五大兩補髓血　石菖蒲三大兩益心　桂

心三大兩補虛乏不足　雲母粉四大兩長肌膚肥白

右方風后傳黄帝黄帝傳高丘子高丘子傳大茅

君大茅君傳弟固几欲傳授誓不妄泄若輕授非道之人考延七祖右藥十物各如法擣篩仍擣三萬杵同鍊過白蜜和擣一二萬杵酒服日三十丸

艮王君河車方第三

紫河車一具（王母歌曰紫河車一龍潛變易却老還童枯陽再益下又注曰紫河車者首女是也東流水洗斷血一百遍酒洗五十遍陰乾曝和合）　生乾地黃八大兩（補髓）　牛膝四大兩（主腰膝）　五味子三大兩（主五臟）　覆盆子四大兩（主陰不足）　巴戟天二大兩（欲多世事加兩女去之）　訶黎勒皮三大兩

主胸中氣鼓子花二兩臟筋骨苦躭二大兩治諸毒藥澤瀉三大兩補男女人虛菊花三大兩去筋風甘草菖蒲三大兩益精乾漆三兩去肌肉五藏風熱令黃栢子仁三兩添精茯苓三兩安神雲英三兩縮腸黃精二兩補脾胃芙蓉三兩助筋力女人去之金釵石斛二兩添筋遠志二大兩益心力不忘杏仁四大兩炒令焦去尖皮去惡血氣苣藤四大兩延年駐形神

右二十二味共擣散鍊蜜丸如梧桐子大日以酒下三十丸服三劑顏如處子昔王君傳蘇林子當

傳立盟歃血不爾違太上之科延災祖考

巽龜臺王母四童散方第四

丹砂七兩　朱砂三兩　胡麻四大兩九蒸九曝煎令香　天門冬四兩　茯苓五兩　朮三兩　乾黃精五兩

桃仁四兩去皮尖

右八味合篩擣三萬杵冬月散服夏月丸之服以蜜丸如梧桐子大服八年顏如嬰童之狀肌膚如凝脂昔王母傳大茅君大茅君傳弟衷立盟契約

誓不慢泄泄則太上科之慎歟慎歟

離彭君麋角粉方第五

麋角三兩具不限多少解開厚三分長五寸許去心并惡物用米泔浸之夏三日冬十日一換泔約一月已上似欲軟即取出入甑中蒸之覆以桑白皮候爛如蒸芋曝乾粉之每斤入伏火硫黃一兩麋食葛蒲其精實入角也以酒調服三錢

右方彭君服之壽七百七十九歲後入地肺山去

不知所在今人云彭逝謬耳别自有傳此方者又有人於鵾鳴山石洞獲此方文法皆同不可宣也

兑夏姬杏金丹方第六

杏子六斗水研之取一石八斗入鐵釜中煮之先以羊脂三斤揩鐵釜令盡即下杏子汁以糠火煮之四十九日乃取以構子煎丸如大豆日服一丸三兩為一劑夏姬服三劑為少女後白日上昇此方出於羨門子上經立盟勿泄傳者殃及七代慎之慎之

又杏金丹方

取杏子三斗去其中兩仁者作湯纔三四沸內杏子湯中便須手摩令皮去熟治之置盆中研之清其汁度得七八斗棄其滓取一石釜置糠火上以羊脂四斤摩釜中令膏脂盡著釜熱復摩之令盡四斤脂內汁釜中㷄以糠火并豔砂火火四五日藥成其色如金狀如小兒哺服如鷄子黄日三服百日父母不能識令人顏色美好

坎南嶽真人赤松子枸杞煎丸第七

枸杞根三十斤取皮別著九蒸九曝擣粉取根骨煎之添水可三石後併煎之如稀餳即入前粉和丸如梧桐子大服之一劑壽加百年此方赤松子以傳李八伯立盟不泄如妄傳天殃將罰

震青精先生䬪米飯方第八

白粱米一石南燭汁浸九蒸九曝乾可三斗已上每日服一匙下一月後用半匙兩月日後可三分之一

盡一劑則腸化為筋風寒不能傷鬚鬢如青絲顏如

氷玉此方若人服之役使六丁天兵衛侍秘之勿傳

當獲神仙切慎妄傳

太一餌瑰𦙍雲屑神仙上方 并引說

夫茂實者翹春之明珠也莨䔰者玄秋之沈靈也丹棗

者盛陽之雲芝也茯苓者絳晨之伏胎也五華合烟三

氣洞精調安六氣養魂護神能用得其方位為天仙老

者復壯反嬰童顏千害不傷延壽萬年

三春茂實一斛名曰茂者茂於陽精也故爲藥首若三春不得合藥者藏茂實於密器中封泥之須用乃開到來春不佳者不復用敗者勿取注疏茂也此物難藏當素精盛燥器盛之如藏久而變成水者當絞去滓以茂水和藥也

黒苣藤屑三斗先熬令香乃擣爲屑

茯苓十斤細擣下篩爲屑　白蜜五升

乾棗一斗大者剥皮去核蒸過擣令相和調清美酒

五斗

凡六物合攪令和內一釜中微火煎令凝如糖可丸乃出著密器中更分擣三千杵丸如雞子中黃大日服三丸夫擣藥為屑皆令極細輕絹篩又內釜中煎之當數攪和之以蓋釜上合藥欲得別處不欲得人多聞見服此藥者六年白髮還黑面有童子之色行步如飛身生玉光災害不傷道士多有單服此藥而上昇者不比常

方宜用合餌

靈飛散方 出太清經第一百五十三卷

凡欲致萬神永昇仙皆先潔齋清已香水濯頭沐浴五體益善百日之後乃可致神明欲求仙者當從北嶽西嶽中嶽真人靈飛散得而服之必得神仙矣真人曰凡欲求神仙不老長生久視白髮更黑齒落更生面目悅澤肌肉有光從表覩裏者當服靈飛散老君曰此方術之要神仙之道必化之本道士服之神仙不難術士服之遊於華山凡夫服之年去更還老翁服之反生童顏老

君曰服此藥者可以不老十日服之三年不食服之五年可壽二千六百二十四歲傳非一人皆得真道保成神仙

雲母一斤（成鍊者） 茯苓半斤（亦可一斤） 柏子仁七兩 石鍾乳七兩 菊花五兩（亦可用十五兩） 朮四兩（一本人參七兩） 乾地黄十二兩（亦可十五兩） 桂心七兩 續斷七兩

以九物治下篩訖以生天門冬十九斤擣𪎊絞取汁以丸此藥汁多可和之汁少者溲之著銅器中懸著甑下

蒸黍一斛二斗熟出藥曝乾更治擣之令細篩服一方寸匕日服無毒可多服餌當食十日身輕二十日耳目聰明七十日髪白返黑故齒皆去若落去者而得更生取藥二十七乙以白蜜和之擣二百下止丸如梧桐子可得八十一丸曝令燥訖視丸表裏相見如明月珠或似瑩火精珠或赤或白此仙人隨身常所服藥也欲令頭髪時生者日服此七丸至髪生不白不落若入深山不食亦可作此丸日七丸不飢也若頭髪不落未白但

可服散可壽五六百年不白耳白者如前法已白服藥可至一百一十七年乃落耳求道必仙要至神仙髮齒更生如三十時求道服藥不頭白齒落者老而服之得仙之要齒骨尸解道之下者凡作此靈飛散服之三日力倍五日血脈盛七日身輕十日面目悅澤智慮聰明十五日力作不知極徐行及馬二十日力不復當三十五日夜視有光

治雲母法

白鹽一斤和合雲母一斤並擣之

右雲母麋勿篩内重布囊中挼挻之水汰鹽味盡絹囊中懸令乾即成粉一法以鹽湯煮之盡解如泥狀挻之為粉

又法雲母一斤大鹽一斤漬之銅器中三四日蒸之一日於臼中擣之為粉

又法用朴硝水三升煮治雲母一斤取成粉燥舒之向日光看無芒更好有芒勿服服之久後病殺人宜精治

之此本於盧司勲所得正經上傳寫記經中云擣雲母

麋後入重布囊中挼挺之又須入皮囊中挼挺大抵不

如取廬山水碓舂擣者最為輕細自造恐工不至忽有

麤芒者損人慎之服藥後禁食鯉魚能斷一切魚為上

恐刀砧所相染害不輕又禁食血是生肉生乾脯之類

血羮是熟血卻非所忌禁生葱蒜生韮醎醋桃李木瓜

酸物等並不宜食又忌流水若江行及溪澗無井處但

煎熟食之亦得大麥損雲母力亦宜慎之服此藥能斷

葷血兼静修心氣得效尤速不得面授故此批上

雲笈七籤卷七十四

雲笈七籤卷七十五

宋　張君房　撰

方藥

神僊錬服雲母祕訣序

本草經玉石部云雲母味甘平無毒主身皮死肌中寒熱如在車船上除邪氣安五臟益精明目下炁堅肌續絶補中療五勞七傷虛損少炁止利乆服輕身延年悅澤不老耐寒暑志髙神僊一名雲珠色多赤一名雲華

五色具一名雲英色多青一名雲液色多白一名雲沙色青黄一名磷石色正白生泰山山谷在雲山及瑯琊北定山石間二月採澤瀉爲之使畏魚甲反流水案僊經雲母乃有八種向日視乃别之彭城東北青州亦有今江東唯有廬山者爲勝以沙土養之歲月生長今鍊之用礬石則柔爛如粉極細用百草上露乃勝東流水亦用五月茅屋水制之也色黄白而青多者名雲英宜春服之令人身輕入水不寒增壽四千年

色青黄煌煌而多赤者名雲珠宜以夏服之令人身輕耐寒暑增壽三千年

色如承雲如冰露乍黄名雲沙季夏服之身輕生光乍白耐風寒增壽二千年

色黄白皛皛名雲液宜秋服之堅筋骨通經脉增壽一千年

色青白多黑名雲母宜以冬服之身輕入火不灼增壽五千年

色皎然純白而明徹者名礝石四時皆服堅筋骨通經脉增壽五千年

色晻晻純黑若有黑文斑斑如鐵者名雲膽不可服令人患淋發瘡

色穠黑而厚强肌者是銅鐵間穠名地碌不可服伐人命

又赤色厚重名陽起石是五雲之根别將入藥用不可服凡五雲之根厚一寸有一千八百年重以土沙埋新

盆蓋着隂地歲月既久便自生長

又雲母五名第一精者名雲光第二名雲英第三名雲珠第四名雲母第五名磷石

鍊雲母法 凡十

鍊之法先薄擘去沙土亦可先以東流水漬數日乃槌破而擘之訖又以水淘沐百許過極令清乃隨遲速用之遲用者當以五月久茅屋漏水於白甕器中漬之百日漉出若有水垢不潔更以東流水浴之數過漉令燥

其浮濁細者亦别器盛之八月中以新布两人各持一端亦可繫竹竿頭於山野淨草上拂取朝露絞汁隨復拂汁足淹雲母乃止不必一朝取足又以漬雲母六十日以外便可取用著溫暖處勿令寒凍欲爲粉者便漉取令燥作熟皮囊盛急繫口手挼捺之從旦至中碎䴴出以絹篩過餘滓更挼捺取盡止若猶不細以指撚看尚見炅炅星文者更於大木盆中以少水溲如泥研之良久以水淘沐細絹濾漉取餘滓更研淘取盡清澄

之亦可挼竟且以紗葛麄篩之乃於白甆𤋲盆中研之絹漉如法亦善亦可先研以麤絹澄令𤋲乃用皮囊挼細絹篩之亦可露水漬百日出令𤋲擣以絹囊於水中漉汁澄乾治之凡如此皆成粉唯令極細如麪指撚無復光明乃佳若猶𤏲不精可以露水煮粉散沸出口懸𤋲乃更白擣重絹篩之速用者取淘竟薄擘絹囊盛内湯中出浮寒水中又内湯又浮水中如此十過易水令冷候視輭出㬥乾革囊搥便成粉

又法取礬石三斤皮囊盛沒湯中令稍釋乃以雲母漬汁中一宿則輭如紙更水淘去沫研挼宜急成粉礬石有微毒特須淘去

又法礬石四斤以東流水四斗漬之取汁以黄甆器盛雲母十斤燒令赤内汁中又出更燒使三過止加鹽如雞子大内汁中燒投令汁盡乃止水淘去沫漬澄自碎成粉若不甚細更挼篩之用硝石亦佳李夫人曰硝石損骨

又法雲母十斤葱白五斤鹽三升水淹煮之葱出以水

淘去鹽味研挼隨意則成粉務精致也

又法擣麻母葉汁以漬五雲母則糜如泥研成粉麻母生山谷其樹如梓樣純白色葉似槫而細折之有白汁山人蒸食之

又法露水八升作湯分半淘洗雲母二十斤如此再過又取二升作湯內芒硝十斤以雲母漬中二十日出絹囊盛懸屋頭使見風日令燥以水漬漉皮囊搥之從旦至中乃細絹篩滓復搥令得上好粉五升

又法薄擘雲母十斤硝石二斤絹囊盛置銅器中酒一升水二升半合炭上煮之沸出囊投寒水中用酒復煮如此十上十下靡靡然於水中搥汁出清澄成粉此出玉清法

又法取成汰雲母以地榆灰汁漬一月細濾治碎令熟又以沸湯濯之去灰烝十餘過凝乾取十斤煮以桂五斤細搥研以水二升半煮之令桂無味乃止去滓取汁以解雲母如糜此崔文子法

又法苦酒漬雲母四十五日出治之水漬攪去酸味凝之單絹袋盛水中挼令汁出澄之此越師法

又法以茅屋水三升銅器煮沸同礬石三兩淘淬內雲母一斤煎五六沸出乾治淘爲粉凡錬治五雲惟宜精熟不爾傷藏致疾或於腸中生長不可復治故方家殷勤備說治之以火不如湯多服不常不如少服而長久也

衆僊服雲母法二十六方

中山叔卿柏桂下玉匱素書雲母方

取雲母五色具者一斤細擘之以茅屋溜水葅秋百草上露以漬之百日內韋囊挻之絹篩着竹筒中塞口懸甑下白沙一石塡其上蒸之一日烝達去之更內黍稻米一石蒸一日烝達又去更內稷稻米一石蒸一日烝達去之乃以白蜜一升和合於銅器中湯上煎令可丸丸如麻子以星宿出時一服三丸日再三十日加如梧桐子大三丸常以雞鳴服一丸三十日身輕目明五十日腹中痒七十日三蟲去八十日皮膚光九十日入水

不溺面白易骨三百日走及奔馬一年為眞人又云年七十巳上四百五十日巳後乃得僊此是用一斤法多合者益之一云用二斤

堯師方回自服雲母方

取雲母粉三斤雲滋五升煎之且竭內松脂三升洋又內崖蜜三升合蒸之從旦至暮下寒暑自凝如餌服如彈丸日三服可飲水而食棗七枚乆服騰山越海神仙長生寒暑不侵

又韓衆服雲母方

雲母粉一升大麥屑二升合煮令熟去滓服其汁身光長生亦能度世

赤松子服雲母方凡二方

雲母三斤硝石一斤以醇醞酒漬雲母三日細破内生竹筒中以硝石俱内復以升半醇醞酒内中火上煎乾攪勿住須臾如膏出置板上半日當細成粉平旦以井華水服寸匕日一服百日三尸下正黑如泥盛以筒葬

之於冡次百日許惆悵不樂過此乃佳二百日還少如
童子藥盡更合
又方葱白蒸擣絞取汁二升桂屑雲粉各一斤合內生
竹筩中安一石米下蒸之成水曝凝乾服之還老如少
童雲母澤瀉爲之使
又方雲母一斤澤瀉二兩末天門冬八兩末茯苓八兩
末
右四味和爲散每日清旦服方寸匕漸至三匕日酒下

佳九僊君曰以白露水和雲粉服一方寸匕日三服一

百日光生二百日三蟲伏尸下其惡血從鼻出夫人禀

性不同受炁亦異或虚或實有熱有寒初服時皆有覺

觸以意消息如覺體中熱脣口乾燥即須加三兩味冷

藥和粉服之若覺冷即加熱藥候炁宣通臟腑調適方

可單服服時乍少常令不絕初服粉巨勝一升蒸曝乾

研碎水淘取汁以粳米和汁作粥稀稠得所如人腹内

暖用粉一匕和服緣粉臓巨勝粥得滑利流向下凡人

皆上熱下冷然乆可依方服之九僊經云雲母者千二百種之精七十二氣雲之英體精而光不爲水毀不爲火焦天地相終日月同耀採雲母取山陽面者爲佳

旻先生服雲母方凡二方

薄削生竹筒盛白鹽半升木盆蓋漆之埋井傍濕地深五尺十餘日爲水又內硝石一升化爲水乃內雲母粉三斤復漆固口埋之十日出與白蜜分等鐵器中蒸之凝如餌服或丸如梧子日三服身光耐寒暑

玉清服雲母法

取前方所槌成粉者一斤麥門冬屑半升白蜜半斤合和內生竹筒密蓋之蒸三斗粳米下半日許出當如餳狀常服彈丸大日三服長生不死惟專服之

崔文子服雲母方

取前地榆灰所漬成粉者用青竹筒各長尺五削去皮盛之令不滿五寸以縑掩口悉住甑中細沙壅之竹口出沙上五寸蒸之一日可復悉取置新甆瓶中縑塞口

漆周密之以春分日內井底秋分日出之先取白蜜一升鍊牛脂二升蠟半斤於銅器中微火煎和合乃內雲母又煎可丸止吞如梧子大三九日三服之三年則不飢渴耐寒暑不畏風濕五年白髮却黑形體輕强長服神僊

越法師服雲母方

取前苦酒漬成粉者以生竹汁微火煮之三日三夜已更以清水鍊之乾三十日後以葱涕和糜於瓦器中蒸

之半日已岀乾之和以白蜜服如梧子大三丸日三服光澤肌膚顔如嬰童

越女元明服雲母方九方凡九

雲母粉十斤竹汁一斤内器中肉桂半斤細屑之合盛蒸之五日五夜當水盡爲度出内銅器中眞丹二斤白蜜三斤攪令相得復蒸一日當如餳狀盛以竹筩丸之如酸棗大每日服一丸一月服之還年滿一歲成童子

又法擣葱白華絞取汁二升肉桂屑雲母各一斤合内

生竹筒中蒸之一石米下成水曝凝乾治服一刀圭日三服二十日還年十歲有童子色四十日似嬰兒百日入火不熱入水不寒

又方先以桂屑一升蒸成水乃內蜜雲母於中又蒸之成膏服美酒下之一月覺效

又方桂十斤削取心得三斤擣篩葱白花四十斤熟擣絞取汁和桂屑內生竹筒中蓋實密口懸蒸黍米五斗熟即化爲水又內雲母粉一斤一日復化爲水日服一

橡斗日三服二十日貌如童子

又方葱涕和桂屑漬之三日絞去滓以和雲母粉內於薄竹筒中密固口內於醇苦酒中二十日成水服之一橡斗日三服壽數無極

又方葱涕三升桂屑二斤雲母屑五斤合擣和內生竹筒中埋陰地入土三尺百二十日盡化爲水服一橡斗日三服服之長生

又方葱涕五升桂屑半斤合和銅器蒸之又內雲母一

斤溲埋地中與地平密蓋三日盡爲水服一勺日三服
長生不老
又方雲母粉一斤白蜜三升内銅器中漆固口埋北垣
下三十日出之器中已化成漿水飲之多少自在服二
十日身生光三十日風濕不傷百日成童子
又方雲母五色具者細擘於硝石湯煮沸即投寒水中
如是九度止乃以日乾之盛鐵器中燒之與火同色即
出注白蜜中攪之相得如糜乃以絹絞去滓取汁寒凝

如膏先食服如彈丸日三服神僊長生

老君餌雲母方凡六方

雲母粉一斤硝石白者一斤擣篩白蜜三升都合攪如粥內生竹筒中漆固口埋北墻下三十日出之盛銅器中稍稍似水若酒中服二十日身生光三十日露不着身五十日入山辟虎狼水火不能害百日出窈入㝠縱橫反覆便成僊人

又方雲母粉一斤蝦蟇脂如彈丸白硝石寒水石各如

彈丸舂內竹筒中牢密封口埋濕地深四尺九日出以塗手執火不熱如熱更埋七日乃成可服之服藥一升日再服百病除身面潤澤二百日與天通達

消玉石法

取美玉一斤細末之內雲母水中十日乃消可服半斤諸石硝內中皆消不但是玉此方秘妙勿傳

又方雲母粉二斤硝石一斤合擣如泥內甖中漆固口濕地埋深三尺亦可懸井中去水三尺十日化爲水服

一椽斗日三服稍加之却老還少身形光澤

又方雲母粉一斤薄削生竹筒盛之朴硝二两置上密封其口内蠶屎中七日化爲水出凝蒸之塡以黄土三夜或至四五日入硝更以黄帛三重密固置隂花池中七日又爲水出曝屋上三日下内五六丈井勿至底十日成餌潤澤名雲液服一刀圭日三服洞視千里百日長生

又方雲母粉天門冬屑茯苓屑各三斤合治白蜜丸如

梧子大服三七丸稍增至三十丸十日後日再服二十日後日一服欲服雲母先須作此法服然後可單服餌

凡服雲母禁房室履殗穢及食五辛血腥之炁

僊人鍊食雲母方

此方所以不依古方是東海女子賣鹽與蒙山隱居遂求隱居得之方云凡服雲母粉須煮一椀粳米粥稀稠得所著一匙雲母粉熟攪和服之僊經云此藥多能述之難盡凡欲合藥先須祭竈辦以種種香華五果酒漿

酥蜜油等大須潔淨藥成之後百無所忌凡合藥必須擇神臨日案經用成除收開建滿日神必來臨藥自大有神驗不得用執破閉之日合藥不好服無驗不效又欲得春夏合佳或初秋七月亦得八月半已後不得受冷雖成不佳又不用近火亦不用湯漬藥大忌其藥欲得甆器盛服之佳又云欲玉椀槌研藥益人漬雲滋最佳已前並神僊祕法傳者勿傳非人藏之金匱臣法藏言臣少長寒微早嬰疾瘵遂投山谷尋訪良醫因之服

餌綿歷年載云云

真人常服雲母方

擣葱白莖汁二升桂心半斤以葱汁和雲母一斤蜜半斤總內生竹筒中蒸一石米飯中藥成爲丸服三十九日再服之獲神僊雲母上藥爲君主治萬病大畧如前唯禁血胡荽生鯉魚膾迎三送七已後任食凡服雲母粉老人服之三七日骨髓填滿舌聲清亮丈夫彌健是藥之驗也少年服之二七日有驗已前雖明服法未明

冷熱大便祕澁和飲服之如冷大便滑和酒服之良

劉鍊師服雲母方

採得雲母札先以木槌側打令葉葉開去沙石訖以布袋盛筧中取東流水浸之每五日一易水浸二十日已來便漉出於大木盆中淘洗以淨為度然即却入布袋盛之內釜中依前法煮一二十日候水減即添之每五日一易釜中舊水第一度易水即除却第二度易水即須澄取雲母粉却入袋中煮但候釜中雲母捻如麪即

止還入水盆中淘洗曝乾以木杵臼擣爲粉其擣時須紙帳中勿令風塵入擣了即依前法入絹袋擺入甕盛欲煮雲母時先須煮五加地榆取濃汁以大甕盛之用此水旋旋添入釜中依前法煮之如無硝石亦得校難爛每斤五加即取二斤地榆觸類而長凡擇雲母須去黑硬及瑕翳者但向日看光明透徹青白者爲上

化雲母爲水法凡三方

取葱涕如無涕取葱熟研代之挼取桂心擣爲末硝石

研之以二味拌雲母粉埋向墻陰地一月日並化爲水

李夫人云但取葱汁和蜜拌雲母化爲水尤勝硝石云

硝石損骨以上二法皆應以青皮竹筒中盛之密固其

口也

又方雲母粉二斤硝石一斤合擣如泥內甕中漆固口

埋地深三尺二七日外取懸井中七日化爲水

又方雲母一斤白蜜三斤合和於銅器中微火煮之令

沸以一器覆上漆固之埋北壁下入地三尺四十日化

爲水名曰雲母漿服法粳米飲下

李大夫化雲母粉法

取雲母側敲重重劈開爲葉便入銅器中煮十數沸令暖氣徹即以粗布縫作裌袋以前件雲母入袋中盛之又於盆中瀉暖水相和熟挼若得白汁旋旋傾入別盆中又用暖水和挼之候得濃汁即瀉入別盆中以雲母汁盡爲度即取諸盆中合入一盆又重入裌絹袋中重挼過還依前法瀉入通油盆中以雲母汁盡爲度又取

前件雲母重入袂絹袋中過依前法挼之候雲母汁盡爲度如此两遍入袂絹袋中挼盡汁過其粉始精細都向袂絹袋盛之懸於空處瀝水盡即以瓷鉢収之

道者鍊雲母法白雲明徹者爲上

雲母不得用鉄器修砂盆中煮鍊爲上雲母一斤白礬四两都研碎百沸湯化爲漿初以礬汁拌雲母袋盛蒸七日後更入礬汁漬之一月日並爲粉訖以三重絹囊濾之水飛澄停爲粉訖即以黄溪砂中蒸之七日亦以

罋漿拌之

成粉雲母一斤用白蜜二升鍊蜜澄濾訖入竹筒以漆固口埋入地三尺一月化爲漿如未成漿濁在更埋半月日時寒即一月成也服法每日空腹以井花水二合調雲母漿一合服飲少酒無妨忌羊血

煑雲母法凡二方

雲母五十斤硝石半斤取雲母側打擘成葉訖便入粗布袋中於清水中擺洗去穢令盡然後入釜中和硝石

煮六七日當爛成粉

又取五加皮及葱涕煮雲母但得一復時便爛成粉其

成粉雲母即入絹袋中洗過尤妙

眞人服水雲母法凡三方

葱莖取汁桂一斤治下篩雲母一斤粉之合盛竹筒中

蒸之一石米頃滅火使凝令乾服方寸匕日三服三十

日顏如玉服百日入水不溺入火不燒雲母有五種色

今時人多不能別法當向日看其色詳瞻視之乃可用

爾正陰視之不見其五色並見如多青者名雲英春宜服之五色並見如多白者名雲液宜秋服之五色並見多黑者名雲母宜冬服之但有異色多者名雲沙宜季月服之其色皛皛純白多者名磷石宜四時服之色如黄而堅者名雲精春秋夏冬常服餌之

五雲母之法或以桂葱玉和之爲水或於鐵器中以玄水漬之爲水或以硝石合内竹筒中埋之爲水或以蜜酪爲水或以秋露漬之百日以韋囊盛之爲粉或以無

心草汁合餌服之一年則病愈三年老翁化為童子五年役使鬼神入火不燒入水不溺枳棘不傷與僊人相見又他物不相干以雲母內火中至時不然埋之不腐故能令人長生又云服之十年雲母烝常霞之純黑色者不可服令人淋發瘡唯好者餌之皆當以茅屋雨水東流水若露水漬之百日沙汰去土石乃可用爾又方擣葱莖絞取汁二升桂一斤擣下篩雲母一斤粉之三物都合盛竹筒中蒸之炊一石米頃一皆化為水

出凝之瞨乾治服一方寸匕五十日作童子百日入水不溺履冰不寒

神僊服雲母方

取雲母五色具者十斤細擘去黑者取精光明淨者八月露時以露粉成務令細熟向日看無芒乃可用也取成粉二升内生竹筒中密塞其口甑中蒸之又以白沙覆上蒸之一日一夜去沙更裝一斛黍米復一日一夜去黍米覆裝稻米復蒸一日一夜乃出雲母内銅器中

加雲母一升合和之浮於鑊湯上煎之半日雲母消盡令可丸丸如小豆大以星宿出時服三丸日三服至十五日後體輕雞鳴時三丸復十五日後增四丸日三服十五日後體輕目明五十日後腸化爲筋七十日三蟲伏尸盡下八十日身光潤九十日入水不溺入火不燒百日後皮膚更生二百日更易筋骨毛髮三百日後行如飛龍走過奔馬一歲仙道成矣二十至四十服三百日得仙五十至七十服之三百六十日得仙八十已上

服之四百日得神仙矣雲母者五石之精天之精氣日月之光神仙之藥非賢勿傳

眞人食雲母方凡四

雲母五斤松脂十二斤茯苓十斤附子四十五枚蜜蠟內中封令清使得一斗五升不津器盛著衆手攪令相和埋著地中滿千日乃出藥自成無疑藥成時其香三里聞之服之一斤身中三蟲伏尸盡下百病皆除服之五斤身中空虛顏色甚好十五時服之六斤身飛行手

摩日月服之七斤無所不能出没自在在處隨形入道教化羣生容過人間諸有厄難者皆能救脱之領立諸仙興顯大法隨所教化此藥神秘非賢勿傳

又方葱涕和桂屑漬三月絞去滓取水和粉納竹筒中筒須削去皮令薄埋内浮醞中爲釀酒瓮二十日成水服之當神不復衰老矣又雲母粉一斗大麥二升合煮熟去滓服其汁身即生光長年不老

又方桂一十斤削取肉以得三斤擣篩葱白四十斤熟

擣布絞取汁桂屑内竹筒中覆薞上密封口懸蒸五斗黍米下熟爲水内雲母粉一斤一日復化爲水日服一盞四十日狀貌如童子

雲漿法方凡二

雲母粉一斤硝石四两朴硝二两白蜜五升右蜜煎令相得和雲母粉如煎餅麪以竹筒盛之用薞薞之以泥四邊勿令泄洩埋地中一二尺許一百五十日熟服之光澤肌膚顏如童子

又方雲母粉一大斤澤瀉四两蜜五升煎取三升去二升朴硝四两硝石四两桂心三两右件雲母粉等和如煎餅麪以竹筒盛之其竹筒去青皮漆固濟其口待漆乾即埋於井北去井三尺五寸深七八尺用手下土實之埋一百五十日乃出其色凝碧洞徹清明可服之百病立愈久即長生

赤松子見授雲母神散方

吾見上仙真人學道遊山下戲大海之濵見一丈夫沐

浴光白鮮明異常而問之云吾服神散而得身光白鮮
如是也因見遺方云日取雲母粉清旦以井華水服方
寸匕即身生光澤

蒸雲母法

法須東南作竈釜上燒桑柴蒸之九日九夜凡煑雲母
一斗用鹽花二升和之

終南衛叔卿柏桂下玉匱中素書服雲母粉方

右以雲母粉一斤白蜜一升合於銅器中重湯上煎令

可丸丸如麻子以明星出時服三丸雞鳴服七丸三十日身輕目明五兩腹堅七兩三蟲下八兩皮膚光澤九十日入水不濡入火不灼百日易骨二百日走及奔馬一年飛行自在便可昇仙

雲母長生斷穀丸方

雲母三斤白蜜二升銅器盛湯上煎以淡竹瀝三升漸添令盡用篦左右攪之勿令停手以竹瀝盡爲度合時須護淨勿令雞犬婦人見服時先吃一頓好飲食任意

食之盡飽明旦空腹即取藥一丸如雞子大向生炁方服渴任飲食淡麪餅枸杞蔓菁苜蓿龍葵等服兩劑萬病出齒落勿怪不經月必更生平復凡欲食麪時皆著三兩匙雲粉相和作食不覺有别異

雲漿法

雲母粉一斤白蜜三斤右和合銅器中火上令沸停冷以内新甆器中密封以板覆上乃埋北壁下入地三尺四十日化爲水名雲漿先齋戒三十日以王相日平旦

取井華水一升雲漿一合和飲之日三服身出光澤臨雲不著降玉女感神仙

服雲母畏忌法

芹菜胡荽豬肉鱔魚大麻子鮎魚諸陳臭等味不畏觸藥但恐損粉力黄衣米醋亦不可喫制粉糠醋稍通喫若但擬求治病補益延年增壽亦不假須斷葷茹血肉若脩仙道須特慎之爲佳

韓藏法師療病法

療人五勞七傷虛損發汗出以粉粉身手摩之雲粉入肉不見乃止加食即汗出並是虛也數數粉摩之欲除肌膚中風能多塗身令人骨膩療人疳濕瘡以粉和粳米粥服之差即止療人金瘡以少許内瘡中粉和粳米粥兩服當差如差永除痕跡下部病五十年不差者日服粉二度二十日永差十餘日斷五辛胡荽猪肉生冷療時行疫毒壯熱頭痛心腹脹滿及患黄以粉三两和粥半椀稀稠得所冷煖如人體日三度服之立斷療金

石發動頭痛身體壯熱以粉一匕和冷水二合服之日三度即止療患偏風半身不遂口喎面捩精神悶亂每日以两匕和飲服之以差爲度兼以粉摩身極佳也

療七種風氣冷熱炁心腹脹滿連胸徹背痛無常處胸中逆氣以粉一匕和酒三合及粥等日三服以差爲度神驗

療骨蒸虚熱脣口乾燥四肢羸瘦不能飲食依前方服粉不過三斤悉皆除

療十二種心痛飛尸但依前服之亦愈

療白痢多年不差者用三匕粉和粳米粥服之二七立效忌血食治帶下不止服諸藥不差者以粉內下部兼依前法服立愈驗

療刺風如行針刺如前服并以粉摩身特忌房室五辛等

療蠱毒下血不止及三蠱痔漏如前服驗

療腹中冷食不消將粉摩身并以方寸匕好酒冷合和

服無不差

療冷及痃癖癥瘕者但準前以清酒服之不過三斤永除曾有人被虵咬踝上通身腫苦痛甚不得屈伸即以針刺歇其毒烝以粉和酒服三兩匕兼將粉少許塗所咬處少許時毒汁出即當消歇比見有人因醉亂以刀刺著三處皆深腹漏諸藥不能救遂將凝粉三匕爲兩服服之凝血內散經一食久即下部血出并鮮血片便無痛苦渙如冰釋因知破血有驗

雲笈七籤卷七十五

欽定四庫全書

雲笈七籤卷七十六

宋 張君房 撰

方藥

靈寶還魂丹方 并序

夫人生禀於五行拘於五常則爲五味之所賊八風之所攻爰自飲乳至於耄年莫不因風而喪命或多食而過飽或失食而甚飢或飲啜太多或乾渴乏水或食鹽苦或啜酸辛或畏熱當風或惡寒親火或庭前看月或

樹下乘涼或刺損肌膚或撲傷肢體或時餐燥藥或多啜冷漿或久絶屏幃或日多施泄自此風趍百竅毒聚一支遂使手足不隨言詞蹇澁或痛貫骨髓或痺龔皮膚或痒甚蟲蝢或頑如鐵石或多痰唾健忘好嗔血脉不通肉色乾瘦或久安牀枕起坐須史語澀面虛雖活如死或總無疾苦卒暴而亾男即氣引於風女即風隨其血未有不因風而喪命者也世人不能治其風但以藥攻其内安有風在五臟六腑之中四肢百脉之間而

湯飲之類曷能去乎假令相疾而醫用藥乖誤雖難經素問三世十全欲去沉綿其可得耶余久居太白抱疾數年萬藥皆施畧不能效後有一翁遺余此藥服都五粒疾乃全除稽顙叩天求其藥法方皆傳授誓不輕泄余故録於左置諸靈室後人得之者宜敬之無或輕慢自貽殃咎但依法脩鍊何慮不神夫炙藥制燒藥燒藥制煮藥煮藥制生藥生藥使煮藥煮藥使燒藥燒藥使炙藥遞互相制遞互相使君臣俱具父子固全遂得陰

陽各有其緒陽藥制陰以引其陰陰藥制陽而引其陽此藥雖不能致神仙得之者但服一豆許則壽限之内永無疾矣如已患風疾及撲傷肢節十年五年運動不得者但依法服之一粒便效重者不過十粒有人卒亡者但心頭未冷取藥一粒以醋調一粒摩臍中一千餘下當從臍四面漸煖待眼開後熱醋下一粒入口即活但是風疾不拘年月深遠神驗不可具載其功力每丸如芥子大日曝乾収之凡疾人不問年月遠近先次以

紅雪或通中散茶下半丸如或風澀甚者即一丸良久以熱茶投之令患疾人瀉三兩行依法潑董豆湯下一粒當以他人熱手更互摩之患處良久熱徹即當覺肉內有物如火走至痛處所苦當時已失矣一二百日及一年內風疾下牀不得者服一粒後當時可行步一如不患人至重者每瀉後服藥一粒後歇三五日間依前服紅雪先瀉後服丹藥但每日服不過一二粒平復如本打撲損多年者天陰即疼痛動不得者尤驗只可一

两粒服此藥多者疾愈後藥力當伏脚心下男左女右但有所苦發心念藥隨意則至此藥神驗功效非智能測其法

光明砂一两研如麪以蕎麥灰汁煮三日淘取秤一分

雄黄三大两研如麪以醋煮三日淘取秤

石亭脂三大两研如麪以酒煮三日淘取秤

金箔二十四片　陽起石三大两

磁毛石三大两　紫石英三大两

自然銅三大两　長理石三大两
已上九味各四大分研如麪生用
遠志　巴戟天　玄參　烏蛇　仙靈毗
已上五味各五大分
木香　肉豆蔻　鹿茸如乾柿者　肉桂
已上四味各六大分
延胡索　木胡桐律
已上二味各三分

石硫黃　雄黃　砆砂　自然銅

已上四味同一瓶子入金箔覆藉不固口以火炙三日火常去瓶子三寸不得甚熱

陽起石　磁毛石　紫石英　長理石

已上四味同一瓶子內以金箔覆灰埋瓶子一半歇口燒三日第一日火去瓶子二寸第二日火去瓶子一寸第三日火近瓶子至夜煆通赤無火毒

又鍾乳十兩以玉槌研七日如麪即用熟夾絹袋貯繫

定頭邊懸於鍋中煮以水二㪷煎取一㪷內取鍾乳水三合研生犀角一千下將此水别収貯候入皂莢仁時同研用又將其餘鍾乳水煎遠志等五味仍加蔓精子五大分拍碎同煎令水至七升去滓取此藥水又煎青木香等四味至四升去滓又取藥汁煎半夏只以湯洗十度拍破當歸細剉二味各一大两煎至三升去滓澄淨又地黄汁一升無灰酒一升童子小便一升此三味與藥汁三升都計六升於淨器中文武火養成煎候至一

升即下諸般金石藥攪勿住手待如稀粥即去火下雄黄等五味生藥末熟攪令極匀即下皂莢仁炒其子打取仁杵爲末秤取六大分龍腦二分於盆內研如麸入藥中并所研犀角汁同入於乳鉢中令壯士研三千下候可丸丸如芥子大不得太大此藥功效造化無殊又此藥就後分爲三大分如品字取一口即一分也

又加錬了芒硝一大两名爲破棺丹芒硝即上好蜀硝有鋒鋩者是也於銚子内火上煉令汁盡取爲末入於

藥中或有暴亡不問疾狀但肢體未變者可破棺打齒熱醋調下一粒過得咽喉即活十救八九其丸如菉豆大餘砂並依歌訣

還魂丹歌

硫雄砂隅銅居上磁起長排紫作頭金上下三中各二第一句說石藥四味依此次第入瓶子第二句說四味亦依前次第入瓶子第三句說金箔上下各三片中間兩片石藥隅此燒銅炙滿三休一瓶燒一瓶炙依藥法三日止乳烹四五俱歸一乳即鍾乳烹即煎也四五二十也二㪺水煎至一㪺也是歸一㪺也乃取一仍須十

一修即此一斗鍾乳水煎草藥十一味云十一修也煎到三時還要出即煎至三升也

地和童酉一時勾地黃酒童子小便三物是也去火石歸安静室是去火入石藥待如肌肉五生稠肌肉和入體也五生即生牛黄五味用也別盛三合

鍾間水外邊千下轉犀牛此即鍾乳水磨犀也

修金碧丹砂方

先作泥毬子泥用黄丹白土瓦末鹽醋溲用蠟爲胎不得令有纖隙陰乾傍邊安孔去蠟更燒過即取好光明砂研擣爲末以紙卷灌入了用一大蚯蚓和毬子泥擣

令爛固濟孔子待乾更打一鐵鐶子安於鐵鼎中鎔鉛汁入鼎中其上可二寸以來即以糠火養長令鉛輭爲候如此一百二十日加火取出更於地上以火煅過候冷出之其藥如青紫螺子揀去黑末不中用者分藥一半以青竹筒貯用牛乳煮五遍三度換乳乳皮堪療黯䵟取出入地坑子中三宿細研以粟米飯爲丸丸如粟米大年四十日一九年五十日二九年六十日三丸其力更別不得多服治一切風延齡駐顔治黑益顔色

取宜製

二火
長用火三大兩

將此去毬中安毬子大小隨毬子取宜製其毬孔頭向上安鉛毬中

修羽化河車法

光明砂四两揀取如皁莢子大者瓜州黄礬半两已上取三年米醋拌細匀如泥將用一一裹其硃砂待乾別取上色西方半两打作薄剪作小片子更裹砂子然後取武都上色雄黄一两曾青一两細研以左味煎以膠

調將雄青末捏成小餅子將裹前砂待乾擣鹽醋爲膠泥更裹一重總了直待乾用眞鉛爲櫃鉛則別有法更燒三遍出寒之乃擣篩如法取鉛銀六两打作合子其合子須相度處口拒深下二寸四分深廣上一寸二分即取眞鉛鋪於合底可二分即排砂如蓮子樣更以眞鉛蓋更鋪砂重重取盡了即以眞鉛蓋却取蒲合却先打銀束子束定六一泥固濟待乾取五斤鹽用消石鍊過两度了細擣篩取鐵鼎可容得前合稍寛者實其鹽擣作

陷合處是為外櫃以鹽鎮持了葢却鐵箸貫定固濟待乾掘一地爐深一尺六寸闊一尺四寸以馬通火糠火燒四十九日開鼎以鐵箸撥鹽櫃看銀合櫃變為金色即去火取出如未更燒七日取待冷開合剥下黄礬及雄青留著取一粒細研水銀二两於鐺中微火取藥半豆大糝上便乾煅成寶且惜莫用别取光明砂十二两研碎和煎伏火砂同研依前用米醋煎溲成團取前内櫃細擣篩築為櫃即取前剥下者雄青細研鋪底了安

砂團更以蓋子上了便著櫃末填滿依前來固濟待乾入鼎别泥爐著草灰火半斤養一百二十日以大火煅出爐取藥如前當成上色西方也此名第二轉紫金河車若要服食出毒入寒泉一月日却以乳蒸用楮汁丸丸如粟米大延齡治萬病每日服只可一丸若志心盡一两壽年五甲子神秘不得偶然輕泄傳非道之人受其殃考

四壁櫃硃砂法

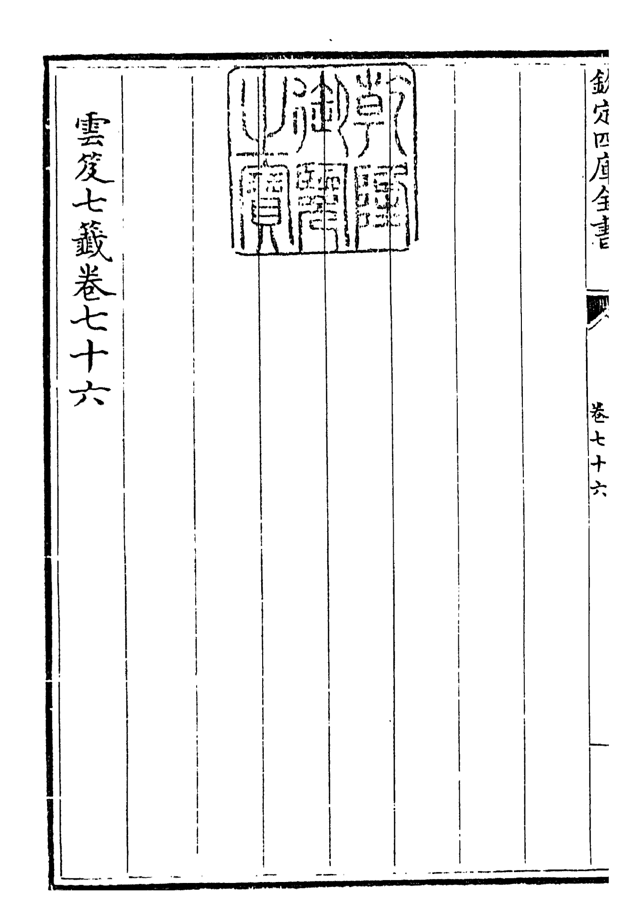
四壁櫃硃砂其法能除風冷温煖骨髓悅澤顔色久服無疾延年益壽

針砂一斤　硫黄四两　硃砂三两

白礬四两　鹽一两

右以濃醋一斗五升煮針砂硫黄二味令乾以火煅之待鬼焰出盡後放冷研别入硫黄一两又用醋一斗五升更煮候乾依前煅之鬼焰盡即止放冷以水淘取紫汁去其針砂澄紫汁極清去其水盡陰乾即入白礬鹽

同研內甆瓶中四面下火煅之候瓶內沸定即止待冷出之細研以醋拌爲櫃先用藥一半入鉛桶中築實即以金箔两重硃砂入櫃上又以餘櫃蓋之築實以四两火養三七日即換入銅桶中密固濟用六两火養三七日足即用十斤火煅之任火自消寒爐出藥硃砂已伏於潤濕地薄攤盆合一復時出火毒了細研以棗肉和丸如麻子大每日空腹以溫水下五丸以鉛作桶可重二斤以銅作桶可重三斤忌羊血



雲笈七籤卷七十六